



# K A N S A S

RODERICK L. BREMBY, SECRETARY

KATHLEEN SEBELIUS, GOVERNOR

DEPARTMENT OF HEALTH AND ENVIRONMENT

## Preparativos de Emergencia para Personas con Discapacidades

### **Establezca una red de apoyo personal**

La mejor forma de prepararse es establecer una red de apoyo personal. Esta red se compone de personas que en una emergencia verificarán que usted esté a salvo y le proporcionarán ayuda si fuera necesaria. Una red de apoyo personal puede consistir de amigos, compañeros de cuarto, miembros cercanos de la familia, parientes, trabajadores de la salud, compañeros de trabajo y vecinos.

Usted y su red de apoyo personal deben avisarse entre ustedes acerca de cuándo usted saldrá de la ciudad y cuándo estará regresando, y deben conocer las necesidades de cada uno y cómo ayudarse en una emergencia. Cada persona podría ser responsable de una tarea en particular, como por ejemplo preparar las provisiones de alimentos, organizar reuniones de vigilancia del vecindario y otras cosas.

### **Provisiones de Emergencia**

Usted deberá contar con provisiones de emergencia empaquetadas y listas en un lugar determinado antes de que se desate una catástrofe. Debe haber suficiente de estas provisiones para durar por lo menos tres días.

- ❑ Incluya cualquier suministro médico que usted pudiera necesitar, como por ejemplo medicamentos recetados (verifique la fecha de vencimiento), baterías de repuesto para audífono, etc. Usted además debe mantener actualizados los formularios de receta firmados por su médico en caso de que usted necesite ir a una farmacia que no sea a la que va habitualmente.

DIVISION OF HEALTH  
CENTER FOR PUBLIC HEALTH PREPAREDNESS  
CURTIS STATE OFFICE BUILDING, 1000 SW JACKSON ST., STE. 330, TOPEKA, KS 66612  
Voice 785-296-8605 Fax 785-296-2625 <http://www.ksprepared.org>  
Disease Reporting & Public Health Emergencies:  
Toll Free Phone 1-877-427-7317 Toll Free FAX 1-877-427-7318

- Almacene sus provisiones en un contenedor fácil de transportar, como por ejemplo una mochila o bolso marinero. Asegúrese de que su bolso tenga una etiqueta con su nombre en caso de que usted permanezca en un refugio de emergencia donde muchas otras personas también tendrán bolsos.
- Coloque etiquetas con su nombre sobre los objetos que sean demasiado grandes como para ponerlos en la mochila o bolso marinero. Esto incluye sillas de ruedas, bastones o caminadores si usted utiliza alguno de estos artículos.

## **Viajes**

Cuando se hospede en hoteles y moteles, identifíquese en la recepción como una persona que necesitará ayuda en caso de que ocurriera una emergencia y establezca el tipo de ayuda que usted podría necesitar.

## **Tarjeta de salud**

Una tarjeta con información de salud para emergencias le comunica a los rescatadores lo que ellos necesitan saber sobre usted si lo encuentran inconsciente o incoherente o si necesitan ayudar a evacuarlo rápidamente.

- Una tarjeta con información de salud para emergencias debe contener información acerca de sus medicamentos, equipamiento que usted utiliza, alergias y sensibilidades, dificultades en la comunicación que usted pueda tener, tratamiento preferido, proveedores médicos y personas de contacto importantes.
- Realice muchas copias de esta tarjeta para conservarlas en el equipo de provisiones de emergencia, auto, trabajo, billetera (detrás de su licencia para conducir o tarjeta de identificación primaria), empaque de la silla de ruedas, etc.

## **Vecinos que ayudan a vecinos**

Trabajar en conjunto con los vecinos en una emergencia puede ayudar a salvar vidas y propiedades. Reúnase con sus vecinos para planificar cómo ustedes podrían trabajar en conjunto hasta que llegue la ayuda. Si usted es un miembro de una organización vecinal, como por ejemplo una asociación de hogares o grupo de vigilancia contra el crimen, incorpore como una nueva actividad la preparación para una emergencia.

Conozca las habilidades y necesidades especiales de sus vecinos, y considere cómo podría usted ayudarlos. Si su ciudad tiene un Equipo Comunitario de Respuesta a Emergencias (CERT por sus siglas en inglés), adviértalos acerca de sus necesidades especiales contactándose con su departamento de bomberos local.